



安井保育園 子育てだより



～てをつなごう～ 第81号 《6月・7月》

西宮市安井町 4-15 TEL 0798-34-6677



梅雨の季節を迎え、蒸し暑い日が多くなってきました。園庭では子ども達が水や泥の感触を楽しんでいます。5月から育児講座も始まり、6月からは短期体験保育や子育て教室の受付も始まります。ご参加お待ちしておりますね。

【短期体験保育～親子で一緒に保育園1日～】

お子様の年齢と同じクラスと一緒に遊びます。

《 時間 9:30～11:00 ・ 各日2組 》

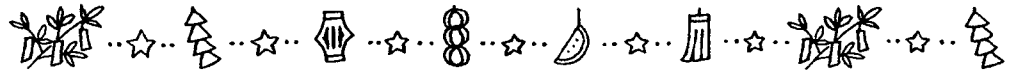
0歳児クラス	2023年 7月25日(火)
1歳児クラス	2023年 7月26日(水)
2歳児クラス	2023年 7月21日(金)

※年間の日程はホームページにてご確認ください。

短期体験保育の対象年齢について

- ・0歳児(2022年4月2日～2023年4月1日生)
※ただし、生後6ヶ月以上児に限る
- ・1歳児(2021年4月2日～2022年4月1日生)
- ・2歳児(2020年4月2日～2021年4月1日生)

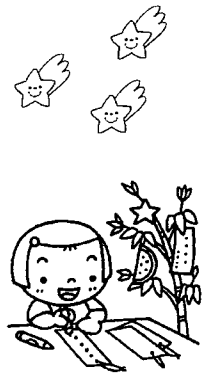
【育児講座】



講師の先生を招いて行います。親子で楽しい時間を過ごしませんか。

ご希望の講座一日ずつお申し込みください。 《 時間 10:00～11:00 》

講座名	日程	対象年齢	募集
ベビーマッサージ	2023年 6月20日(火) 2023年 9月19日(火)	3ヶ月～12ヶ月児 首が座っているお子様	10組
親子クッキング	2023年10月25日(水) 2023年12月 6日(水)	2歳以上児	各日 8組
リズムで遊ぼう!	2023年11月 1日(水)	1歳以上児	10組
親子でリトミック	2023年 6月30日(金)	1歳以上児	10組



【子育て教室】

保育園の行事に親子で参加しませんか。

なるべく5回すべての行事に参加してください。

(8組限定)

対象：1歳6ヵ月～

時間：10:00～11:00

2023年 7月 7日(金)	七夕
2023年 9月 5日(火)	どろんこ遊び
2023年10月18日(水)	クラルテ観劇
2023年11月15日(水)	ふれあい動物園
2023年12月22日(金)	クリスマス制作

申込み方法について

事前の申し込みが必要です。

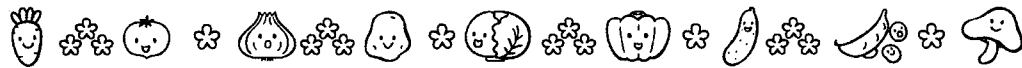
各日程の1ヶ月前の10:00よりメールにて受付けます。

(土曜、日曜、祝日の場合は、次の平日より)

子育て教室は6月7日(水)10:00よりメールにて受付します。

※メールでの受付方法につきましては、各日程の申し込み受付日時が近づきましたら、ホームページの最新のお知らせやTwitterにてご案内させていただきます。

【ミニ試食会】



園庭開放（毎週木曜日 9時～11時・雨天中止）に遊びに来てくれた保護者の方（先着5名）対象に、保育園の給食の試食会をしています。今年度は保育園の給食のミニ試食会を5月と11月頃、離乳食のミニ試食会を6月と10月頃に予定しています。

5月11日（木）『給食のミニ試食会』を開催しました！

園庭開放に来てくれた5組の親子が給食のミニ試食に参加しました。この日のメニューは『ご飯・手作りふりかけ・クリームシチュー（菜の花）・金平ごぼう』でした。保育園の子ども達が大好きな手作りふりかけの作り方を動画で紹介して、試食しながら日頃の子どもの食事の悩みを栄養士と保育士が聞きながらアドバイスしていきました。

いくつかご紹介...



〈Q1〉家ではごぼうの水煮を使用し作っている。少し固くなりなかなか食べてくれないのに試食会のごぼうはよく食べていた。

⇒保育園が金平ごぼうの時に使っているごぼうは、乾燥国産ごぼうを戻して使用しています。旬の時期の国産ごぼうの香りや、栄養分の多い皮の部分をなるべく残して加工したものです。

〈Q2〉どんなおやつを食べさせたらいいですか？

⇒参考に保育園の1か月分の献立を見ながら簡単に作れる『きな粉マカロニ』の作り方を説明しました。他にも基本の生地と一緒に季節の食材を入れて作る『手作りケーキ』や保育園の子どもにも大人気『元気もりもりピラフ』のレシピをお渡ししました。

次回は6月に離乳食の試食会を予定しています。開催日時については、ホームページの最新のお知らせやTwitterにてご案内していきたいと思っています。



育児講座『離乳食講座』を開催しました！

5月9日（火）に今年度最初の育児講座『離乳食講座』を開催しました。事前に離乳食についての質問を受付していたので、主にその質問に沿った内容をスライド写真も用いながら栄養士が説明していきました。

質問の中からいくつかご紹介... 離乳食を進める時の参考になればと思います。

〈Q1.〉フォローアップミルクは必要か？

⇒母乳や牛乳の代替えではなく、離乳食が順調に進んでいけば必要がありません。

子どもの成長が成長曲線より大きく外れている時や、不足しがちな栄養素とくに『鉄』が取れているか不安な時はかかりつけ医などに相談してみてください。

〈Q2.〉食事の途中で食べ物を投げることがある時はどうすればいいか？

⇒まず、しっかりと動いて遊んでお腹を空かせてから食事の時間にしましょう。お腹が空いている方が子どもも食事に集中できます。この時期の子どもはまだ遊びと食事の区別をすることが難しいです。食事の途中で遊びだすようならお腹があまり空いていないか満腹かどうかだと思つので、食事を切り上げてごちそうさまにしましょう。遊びの中で子どものやりたい事をしつつ、食事中にしてはいけないことをくり返し伝えて、親も子ども食事の時間がストレス無く楽しい時間にしていただければいいですね。

〈Q3.〉子どもが食べやすくなる調理方法について

⇒魚や肉類は片栗粉を付けてから煮て、煮汁で滑らかさを調整するとパサパサせず食べやすくなります。

⇒野菜を茹でる時は大きめに切り炊く。それをすり鉢に入れ、子どもが食べやすい大きさ固さに合わせてすりこ木でつぶすと滑らかに仕上がります。

